

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisa data dalam penelitian yang dilakukan di SMA NEGERI 1 Bululawang, di dapatkan kesimpulan bahwa : Status gizi remaja dalam kategori IMT/U sebagian besar remaja masuk dalam kategori normal sebanyak 49 remaja (82%), dan sebagian kecil masuk dalam kategori kurus 2 remaja (3%) dan kategori obesitas sebanyak 9remaja (15%).

5.2 Saran

Saran yang dapat peneliti berikan berdasarkan hasil penelitian yang ditemukan sebagai berikut:

1. Bagi Lahan Penelitian

Tenaga kesehatan memberikan penyuluhan dengan menggunakan bahasa yang mudah dimengerti dan menggunakan metode-metode yang kreatif.

2. Bagi Responden

Remaja agar lebih meningkatkan keseimbangan kebutuhan nutrisi dengan cara memilih makan-makanan yang bergizi serta seimbang dan dengan aktif mencari informasi kesehatan baik dari tenaga kesehatan, dan media lainnya.

3. Bagi peneliti yang akan datang

Bagi peneliti yang akan melakukan penelitian dengan tema serupa agar dilakukan uji validitas dan reabilitas pada instrumen data agar data yang didapat lebih valid serta memungkinkan untuk dikaji faktor-faktor lain yang menghambat status gizi remaja.



Daftar Pustaka

- Almatsier, S. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Andriani, M., dan Wirjatmadi, B. 2014. *Peran Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta:Kencana Persada Media Group.
- Kemendes RI. 2011. Buku *Panduan Kader Posyandu Menuju Keluarg Sadar Gizi*. Jakarta: Direktorat Bina Gizi
- _____. 2013. Riset Kesehatan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor: 1995/MENKES/SK/XII/2010 tentang standart antropometri penilaian status gizi anak.
- _____. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan.
- _____. 2015. *Situasi dan Analisis Gizi, Pusat data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Marmi. 2013. *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Notoatmodjo.(2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.Jakarta : Rineka `Cipta
- Nursalam.(2010). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Keperawatan*.Jakarta : Salemba Medika.
- Pratiwi, RY. 2013. *Kesehatan Remajadi Indonesia*. Tersedia dalam:<http://idai.or.id/public-articles/seputar-kesehatan-anak/kesehatan-remaja-diindonesia.htm>[Diakses pada 13 April 2017]

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* Kementerian RI tahun 2018.

Sarwono. 2011. *Psikologi Remaja. Edisi Revisi*. Jakarta: Rajawali Pers.

Soekirman,. 2010. Ilmu Gizi dan Aplikasinya untuk Keluarga dan Masyarakat
Jilid 1. Jakarta: Depdiknas.

_____. 2012. *Perlu paradig baru untuk menanggulangi masalah gizi Makro di Indonesia*. Institut Pertanian Bogor (IPB).
Gizi.depk.es.go.id/wpcontent/uploads2012/05/prof-soekirman.pdf
diakses pada tanggal 15 November 2012.

Soethiningsih. 2012. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*.
Jakarta: SagungSeto

Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

_____. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Supriasa, Nyoman, Dewa, I., 2012. Pengantar Ilmu Gizi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Triaswulan (2012). Buku ajar psikologi perkembangan, Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Waryana. *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rahima; 2010.

